

**UPAYA PENINGKATAN
HASIL BELAJAR GERAK DASAR LOMPAT DENGAN
PENERAPAN ALAT BANTU PEMBELAJARAN PADA SISWA
KELAS 2 SD NEGERI 01 KARANGJATI KALIJAMBE SRAGEN
TAHUN PELAJARAN 2015/2016**



SKRIPSI

Oleh :

ERY YADI NUR UTOMO

K5609036

**JURUSAN PENDIDIKAN OLAH RAGA DAN KESEHATAN
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SEBELAS MARET
SURAKARTA
2016**

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : ERY YADI NUR UTOMO
NIM : K5609036
Jur/Prodi : POK/Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul **“UPAYA PENINGKATAN HASIL BELAJAR GERAK DASAR LOMPAT DENGAN PENERAPAN ALAT BANTU PEMBELAJARAN PADA SISWA KELAS 2 SD NEGERI 01 KARANGJATI KALIJAMBE SRAGEN TAHUN PELAJARAN 2015/2016”** ini benar – benar merupakan hasil karya sendiri.

Selain itu, sumber informasi yang saya kutip dari penulis lain telah disebutkan dalam tulisan dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa proposal skripsi ini merupakan hasil jiplakan, saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan saya.

Surakarta, Juni 2016

Yang membuat pernyataan

A yellow rectangular stamp with the text "METERAI TEMPEL" at the top, a Garuda emblem in the center, and "6000" in large numbers at the bottom. Below the number is "ENAM RIBU RUPIAH". A handwritten signature is written over the stamp.

Ery yadi nur utomo

K5609036

**UPAYA PENINGKATAN
HASIL BELAJAR GERAK DASAR LOMPAT DENGAN
PENERAPAN ALAT BANTU PEMBELAJARAN PADA SISWA
KELAS 2 SD NEGERI 01 KARANGJATI KALIJAMBE SRAGEN
TAHUN PELAJARAN 2015/2016**

**Oleh :
ERY YADI NUR UTOMO
K5609036**

**Skripsi
diajukan sebagai salah satu persyaratan mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan
Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga**

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SEBELAS MARET
SURAKARTA
2016**

PERSETUJUAN

Skripsi ini telah disetujui untuk dipertahankan dihadapan tim penguji skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.

Surakarta, Juni 2016

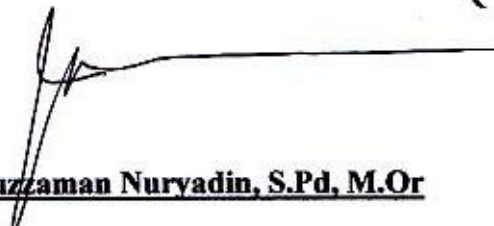
Pembimbing I



Drs. H. Agustiyanto. M. Pd

NIP 1968 0818 199403 1001

Pembimbing II



Islahuzzaman Nuryadin, S.Pd, M.Or

NIP. 197801132006041001

PENGESAHAN PENGUJI


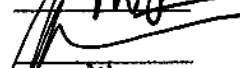


Nama : ERY YADI NUR UTOMO

Nim : K5609036

Judul Skripsi : **UPAYA PENINGKATAN HASIL BELAJAR GERAK DASAR LOMPAT DENGAN PENERAPAN ALAT BANTU PEMBELAJARAN PADA SISWA KELAS 2 SD NEGERI 01 KARANGJATI KALIJAMBE SRAGEN TAHUN PELAJARAN 2015/2016**

Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta pada hari Jum'at, tanggal 24 juni 2016 dengan hasil LULUS dan revisi maksimal 3 bulan. Skripsi telah direvisi sesuai balikan dari tim penguji.

Persetujuan hasil revisi oleh tim penguji :

Nama Penguji	Tanda Tangan	Tanggal
Ketua : Drs. Mulyono M.M		30-6-2016
Sekretaris : Drs. Bambang Wijanarko, M.Kes.		29-6-2016
Anggota I : Drs. H. Agustiyanto. M. Pd		29-6-2016
Anggota II : Islahuzzaman Nuryadin, S.Pd, M.Of		29-6-2016

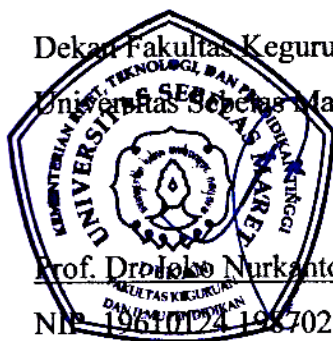
Skripsi disahkan oleh kepala program studi pendidikan kepelatihan olahraga. Pada,

Hari : Jum'at

Tanggal : 24 Juni 2016

Mengesahkan

Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Sebelas Maret



Prof. Dr. Joko Nurkanto, M.Pd

NIP 19610124 198702 1001

Kepala Program Studi
Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Drs. H. Agustiyanto. M. Pd

NIP 1968 0818 199403 1001

MOTTO

- Barang siapa merintis jalan mencari ilmu maka Allah akan memudahkan baginya jalan kesurga (H.R Muslim).
- Jadikan penyesalan masa lalu sebagai senjata untuk masa depan agar tidak terjadi kesalahan lagi.
- Kalahkan kemalasan dengan SEMANGAT.
- Kalahkan kebencian dengan KASIH SAYANG.
- Kalahkan kesombongan dengan RENDAH HATI.

PERSEMBAHAN

Syukur Alhamdulillahirabbil ‘Aalamiin segala puji bagi Allah SWT atas segala nikmat serta limpahan Rahmat dan Hidayah-Nya, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan. Sholawat dan salam semoga tetap terlimpahkan kepada Nabi Muhammad SAW, beserta keluarga dan para sahabatnya. Kupersembahkan karya kecil ini untuk:

1. H. Kemis Joko Jarwono (bapak) dan Hj. Siti Nurjanah (ibu) yang senantiasa ada saat suka maupun, selalu setia mendampingi, saat kulemahtakberdaya, yang selalu memanjatkan doa untuk anaknya dalam setiap sujudnya dan seseorang yang selalu memotivasiku dalam setiap keadaan.
2. Uswatun Chasanah (adik), Tegar Bagus Utomo (adik), yang selalu member doa serta dukungan yang sangat memotivasiku dalam setiap langkahku.
3. Teman – teman angkatan tahun 2009, berkat kalian juga aku berarti dan bersemangat.
4. Bapak Ibu Guru SD NEGERI 01 Karangjati Kalijambe Sragen yang sudah membantu dalam proses penelitian, sehingga penelitian dapat berjalan dengan lancar.
5. FKIP Universitas Sebelas Maret Surakarta, Almamaterku kampus JPOK tempat kutimba ilmu dan mencari pengalaman hidup.

ABSTRAK

Ery Yadi Nur Utomo. **UPAYA PENINGKATAN HASIL BELAJAR GERAK DASAR LOMPAT DENGAN PENERAPAN ALAT BANTU PEMBELAJARAN PADA SISWA KELAS 2 SD NEGERI 01 KARANGJATI KALIJAMBE SRAGEN TAHUN PELAJARAN 2015/2016.** Skripsi, Fakulta Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta. Juni 2016.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui: peningkatan hasil belajar gerak dasar lompat melalui penerapan alat bantu pada siswa kelas 2 SD Negeri 01 Karangjati Kalijambe Sragen tahun pelajaran 2015/2016.

Jenis penelitian yang digunakan adalah metode penelitian tindakan kelas (PTK), Teknik pengumpulan data dalam Penelitian Tindakan Kelas (PTK) ini terdiri dari: tes dan observasi. Penelitian ini mengambil siswa kelas II SD Negeri 01 Karangjati, kalijambe, Sragen tahun pelajarn 2015/2016 dengan subyek penilitian sebanyak 19 siswa. tindakan penggunaan pendekatan bermain diketahui hanya 38,24% atau atau 7 siswa yang mencapai nilai 68.

Berdasarkan hasil penelitian Hasil Belajar siswa dalam gerak dasar lompat, siswa yang berhasil mencapai batas ketuntasan minimum nilai pada angka 68 untuk hasil gerak dasar lompat sebanyak 7 siswa atau 36,85% dan sebanyak 12 siswa atau 63,15% belum mencapai batas ketuntasan minimum. Selanjutnya mengalami peningkatan pada siklus I, yaitu menjadi sebanyak 11 siswa atau 57,89% telah mencapai KKM dan sebanyak 8 siswa atau 42,10% belum tuntas. Hasil belajar siswa telah mencapai indikator keberhasilan yang telah ditetapkan, yaitu sebanyak 16 siswa atau 84,22% tuntas dan 3siswa atau 15,78% belum mencapai kriteria tuntas. Hasil dari penelitian dapat disimpulkan bahwa melalui pendekatan bermain dapat meningkatkan gerak dasar lompat, karena pada permainan sudamanda dan melalui berbagai alat bantu yang ada terdapat sikap awal, gerakan tangan sikap diudara dan sikap saat mendarat.

Kata Kunci: Gerak dasar lompat dengan penerapan alat bantu pembelajaran

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah Yang Maha Pengasih dan Penyayang, yang member ilmu, inspirasi dan kemuliaan. Atas kehendak-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “UPAYA PENINGKATAN HASIL BELAJAR GERAK DASAR LOMPAT DENGAN PENERAPAN ALAT BANTU PEMBELAJARAN PADA SISWA KELAS 2 SD NEGERI 01 KARANGJATI KALIJAMBE SRAGEN TAHUN PELAJARAN 2015/2016”.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi sebagian dari persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana pada Program Studi Pendidikan Jasmani dan Rekreasi, Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Universitas Sebelas Maret Surakarta.

Penulis menyadari bahwa terselesaikannya skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan dan pengarahan dari berbagai pihak. Untuk itu, penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Joko Nurkanto, M.Pd, Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.
2. Bapak Drs. H. Agustiyanto. M.Pd, selaku Ketua program studi Kepelatihan Olahraga dan Kesehatan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta. Dan selaku pembimbing I yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan dalam menyusun skripsi.
3. Bapak Islahuzzaman Nuryadin, M.Pd.M.Or selaku pembimbing II, yang telah memberikan bimbingan, pengarahan dan semangat dalam menyusun skripsi.
4. Bapak Minanto S.Pd sebagai Kepala Sekolah SDN 01 Karangjati Kalijambe Sragen yang telah memberikan kesempatan dan tempat guna mengambil data dalam penelitian.
5. Bapak Ibu Guru SDN 01 Karangjati Kalijambe Sragen yang telah memberikan bimbingan dan bantuan dalam penelitian ini.
6. Bapak Ibu dan keluarga yang tidak henti – hentinya memberikan dukungan dan mendoakan saya.
7. Siswa kelas 2 SDN 01 Karangjati Kalijambe Sragen yang telah bersedia menjadi subyek penelitian.

8. Semua pihak yang turut membantu dalam penyusunan skripsi ini yang tidak mungkin saya sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini jauh dari kesempurnaan karena keterbatasan penulis. Meskipun demikian, penulis berharap semoga hasil penelitian yang sederhana ini dapat bermanfaat bagi penulis khususnya dan pembaca pada umumnya.

Sragen, 09 Juni 2016

Penulis

Ery Yadi Nur Utomo

DAFTAR ISI

	Halaman
JUDUL HALAMAN.....	i
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	ii
PENGAJUAN SKRIPSI	iii
PERSETUJUAN	iv
PENGESAHAN	v
MOTTO	vi
PERSEMBAHAN.....	vii
ABSTRAK	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Perumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	4
BAB II LANDASAN TEORI	6
A. Kajian Teori	6
1. Kajian mengenai Pendidikan Jasmani.....	6
a. Pengertian Pendidikan Jasmani.....	6
b. Tujuan Pendidikan Jasmani.....	7
2. Kajian mengenai Atletik	8
a. Pengertian Atletik.....	8
b. Melompat dengan gerakan lawan.....	11
3. Kajian mengenai Belajar dan pembelajaran.....	11
a. Pengertian Belajar dan Pembelajaran.....	11

b. Pentingnya Pendekatan Pembelajaran	12
c. Unsur-Unsur Pembelajaran	13
c. Kriteria Pembelajaran yang Berhasil	14
4. Kajian mengenai Media pembelajaran.....	15
a. Alat bantu pembelajaran	15
5. Kajian mengenai Hasil Belajar.....	17
a. Pengertian Hasil Belajar.....	17
B. Kerangka Berfikir.....	18
BAB III METODE PENELITIAN	20
A. Tempat dan Waktu Penelitian	20
1. Tempat Penelitian.....	20
2. Waktu Penelitian	20
3. Siklus PTK	21
B. Subjek Penelitian.....	21
C. Data dan Sumber Data.....	22
D. Pengumpulan Data	22
E. Uji Validitas Data.....	23
F. Analisis Data	23
G. Prosedur Penelitian.....	23
1. Tahap – Tahap Siklus	24
2. Pelaksanaan Siklus	26
H. Indikator Kinerja Penelitian	28
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASANNYA	29
A. Deskripsi Pratindakan	29
B. Deskripsi Hasil Tindakan Tiap Siklus	31
1. Siklus I	31
a. Perencanaan Tindakan I	31
b. Pelaksanaan Tindakan I	33
2. Siklus II	46
a. Perencanaan Tindakan II	46
b. Pelaksanaan Tindakan II	47

C. Perbandingan Hasil Tindakan Antar Siklus	57
D. Pembahasan Hasil Penelitian	59
BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN	63
A. Simpulan	63
B. Implikasi.....	63
C. Saran.....	64
DAFTAR PUSTAKA	65
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Perincian Kegiatan Laporan	21
2. Teknik Pengumpulan Data Penelitian	22
3. Presentase Target Pencapaian	28
4. Deskripsi Kondisi Awal (Pratindakan)	30
5. Deskripsi Data Hasil Belajar Siswa Akhir Siklus I.....	42
6. Deskripsi Data Hasil Belajar Siswa Akhir Siklus II	55
7. Perbandingan Ketuntasan Hasil Belajar Gerak Dasar Lompat Siswa.....	58

DAFTAR GAMBAR

Tabel	Halaman
1. Gerakan Melompat Tanpa Lawan	10
2. Kerangka Berfikir (Sumber:Kristiyanti 2010)	19
3. Alur Tahapan Siklus Penelitian Tindakan Kelas	26
4. Diagram Perbandingan Hasil Belajar Gerak Dasar Lompat Siklus I Sampai Siklus II	59

LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Siklus I	67
2. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Siklus II	84
3. Silabus Pembelajaran	96
4. Lembar Observasi Komponen Aktivitas Siswa dan Guru	98
5. Lembar Observasi Komponen Materi	100
6. Lembar Observasi Komponen Sarana dan Prasarana	101
7. Hasil Belajar Prasiklus	104
8. Hasil Nilai Afektif Siklus I	105
9. Hasil Nilai Kognitif Siklus I	106
10. Hasil Nilai Psikomotor Siklus I	107
11. Hasil Belajar Siklus I	108
12. Hasil Nilai Efektif Siklus I	109
13. Hasil Nilai Kognitif Siklus II	110
14. Hasil Nilai Psikomotor Siklus	111
15. Hasil Belajar Siklus II	112
16. Dokumentasi	113